

## Program folkehelseuka 11.- 19. september

### Lørdag 11. september

- Helselaget på Røddøya **griller pølser og koker bålcaffe på Storsand** fra kl. 14.00. Gratis pølse og kaffe, ta med annen drikke.



### Søndag 12. september

- **Fellestur til Værnestinden** v/ Værangfjord idrettslag. Turen starter kl. 13.00 fra Brattland. Turguide: Sten Våtvik.



### Mandag 13. september

- **Gratis webinar** klokka 12.00-13.00: "**Frivillighet etter korona**" v/ Vanja Konradsen, Frivillighet Norge. Arr. Nordland fylkeskommune og Frivillighet Norge.

### Tirsdag 14. september

- Øresvik skole har **«Uteskole»** for alle elevene ved Øresvik skole Stedsbasert læring ved Kvinvatnet. Faget Mat&helse i naturen, overnatting i lavvo og båtdåp.
- Jektvik barnehage har **barnehagedag med bringing og henting grillhytta på Storvatnet**. Dagen startes med turbingo og det stekes klappekake og fiskekaker på bål.
- Fysioterapeut Linn har **trening med beboerne på Alderstun** 12.30 på gammelstua
- **Gratis webinar** klokka 11.00-12.00: "**Hvordan forebygge vold**» v/ Marianne Gulli. Lunsjwebinar til kommuner og andre aktører med tema «Hva er vold»- ulike former og omfang. Avvergingsplikt og meldeplikt. Arr. Nordland fylkeskommune og Likestillingscenteret KUN



## Onsdag 15. september

- Værangfjord idrettslag arrangerer **Bootcamp** på Jektvik fotballbane klokka 20.30. Kom og prøv!
- **Gratis webinar** klokka 12.00-12.45: "**Bodø2024 - et prosjekt for hele Nordland**" v/Henrik Sand Dagfinrud, programsjef Bodø2024. Arr. Nordland Fylkeskommune
- **Terreng/stisykkeltur i Storisdalen** kl. 18.00 v/ Polarsirkelen Fysioterapi. Oppmøte på parkeringsplass 10 min før avgang. Husk hjelm og godt humør☺
- **Fergestrikk på fergene i Rødøy**, arr. Rødøy kommune v/kultur og folkehelse. Mer info [her](#).



## Torsdag 16. september

- **Gratis webinar** klokka 12-13.00: "**Slik får du kontroll på livet. Om våre holdninger til usikkerhet og risiko, omstillinger og endring, grubling og bekymring**" v/ Ingvard Wilhelmsen, lege og psykiater (for mange kjent som hypokonderlegen) Arr. Nordland fylkeskommune
- Rødøy folkebibliotek og Øresvik skole: **Nyåpning av bibliotekets bokstasjon på Øresvik skole** 17.00-18.30. Det vil bli kulturelt innslag fra musikkskolen, samt lesestund for de minste. Det vil også bli servert kaffe, saft og kaker på arrangementet.
- **Strikkekafe i Bestemorstua** kl. 12 på Selsøyvik. Hit kan du reise frem og tilbake med Gjerøy.
- Tjongsfjord IL, aerobic har **styrketrening i Rødøyhallen** klokka 19.00 og **Mediyoga** kl. 20.00. Påmelding på Tjongsfjord IL aerobic sin fb-side eller til Linn F. Krogh (90123827). Bli med og prøv!
- Barneturgruppa i Værangfjord idrettslag arrangerer **Kveldsmattur til Høggvika/Storvatnet m/eventyrstund** kl 18.00. Mer informasjon på idrettslagets fb-side.
- Rødøy kommune v/kultur og folkehelse arrangerer **turbingo på Gjerøya**. Oppstart og kjøp av bingoblokker på fergekaiet kl. 17.00 Turen avsluttes i speiderleiren med bålkos og utdeling av gevinster. Mer info [her](#).



BINGO				
12	25	41	51	63
3	30	37	54	66
7	21	FREE	56	74
1	26	35	50	69
10	17	45	47	64

MILTON BRADLEY COMPANY  
Springfield, Massachusetts

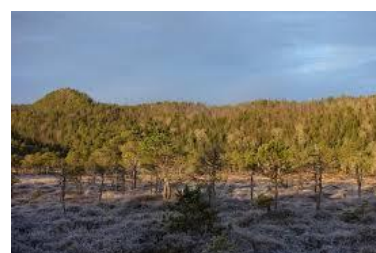
## Fredag 17. september

- **Gratis webinar** klokka 12.00-13.00: "**Deilig Er Jobben**" v/ Kjetil Hasselberg, komiker og lektor. Arr. Nordland fylkeskommune
- Seniorekontakt og kultur og folkehelse arrangerer **naturbingo med bålcaffe for beboerne på Alderstun** kl. 11.00  
Hit kommer også Tjongsfjord barnehage og skal ha **Minikonsert** for beboerne.
- Polarsirkelen fysioterapi har **åpent trimrom i Jektvik** 12-14. Gratis! Kom og prøv!! Thomas Hoff er tilgjengelig for spørsmål.



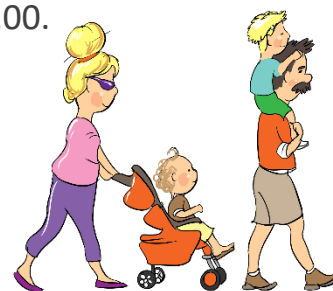
## Lørdag 18. september

- Rødøy turlag v/Arild Lorentzen arrangerer **tur til Tølløka** kl. 11.00 med fortelling om gruvedrift på Steintuva og om gården Tølløka. Oppmøte i Langåsdalen. avsluttes i Tømmervika. Mer info [her](#).



## Søndag 19. september

- Værangfjord idrettslag arrangerer **Turbingo og kiosksalg i Jektvika**. Oppmøte og kjøp av bingo blokker ved fotballbanen kl. 13.00. Turen går rundt nyveien og tilbake til skola igjen.



## Hele uka:

- Ved å sende inn bilder fra folkehelseuka til e-post [aka@rodoy.kommune.no](mailto:aka@rodoy.kommune.no) er du med i trekningen av premier. Bildene vil i ettertid bli lagt ut på kommunens hjemmeside/facebookside.

